

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/03	Terça-Feira, 31/03	Quarta-Feira, 01/04	Quinta-Feira, 02/04	Sexta-Feira, 03/04	Sábado, 04/04
DESJEJUM			<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML</li> <li>• PÃO DE FORMA 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE MAÇÃ 150ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
COLAÇÃO			<ul style="list-style-type: none"> <li>• PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 170G</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
ALMOÇO			<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FRANGO AO SUGO 56G</li> <li>• FAROFA DE COUVE 20G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA 28G</li> <li>• CAQUI (1 un / 180G)</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G</li> <li>• BATATA DOCE COZIDA 35G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO 15G</li> <li>• MAMÃO 122G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
LANCHE			<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• VITAMINA DE MANGA 150ML</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
JANTAR			<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE BATATAS, BRÓCOLIS, CARNE E MACARRÃO 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ CARRETEIRO 180G</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 57,15 Lipídios (g): 33,79 Carboidrato (g): 243,55 Cálcio (mg): 624,31 Ferro (mg): 7,17 Retinol (mg): 812,70 Vitamina C (mg): 113,71 Energia (Kcal): 1471,37					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 06/04	Terça-Feira, 07/04	Quarta-Feira, 08/04	Quinta-Feira, 09/04	Sexta-Feira, 10/04	Sábado, 11/04
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE UVA 150ML</li> <li>• PÃO DE FORMA 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• BOLO DE CENOURA SEM AÇÚCAR 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE LARANJA 150ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAMÃO 122G</li> </ul>
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• PICADINHO DE CARNE 56G</li> <li>• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 40G</li> <li>• MELÃO 170G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 56G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• MELANCIA 340G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA 56G</li> <li>• PURÊ DE BATATA 60G</li> <li>• SALADA DE ABOBRINHA 30G</li> <li>• LARANJA (1 un / 150G)</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G</li> <li>• BRÓCOLIS COZIDO 50G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 35G</li> <li>• MAMÃO 122G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• BARREADO 56G</li> <li>• FAROFA DE BANANA 30G</li> <li>• SALADA DE ALFACE COM TOMATE 35G</li> <li>• CAQUI (1 un / 180G)</li> </ul>	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• VITAMINA DE MANGA 150ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• MAMÃO 122G</li> <li>• AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE MAÇÃ 150ML</li> <li>• SANDUÍCHE DE QUEIJO COM TOMATE 70G</li> <li>• LEITE 150ML</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>• BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G</li> </ul>	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ESCONDIDINHO DE FRANGO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA CREME DE BATATA SALSA E CARNE 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• FRANGO AO SUGO 56G</li> <li>• PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTO DE FRANGO 200G</li> </ul>	

**Tabela Nutricional**

Cálculo Semanal Proteína (g): 54,19 Lipídios (g): 26,62 Carboidrato (g): 194,75 Cálcio (mg): 572,22 Ferro (mg): 6,48 Retinol (mg): 476,99 Vitamina C (mg): 147,03 Energia (Kcal): 1203,21

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 13/04	Terça-Feira, 14/04	Quarta-Feira, 15/04	Quinta-Feira, 16/04	Sexta-Feira, 17/04	Sábado, 18/04
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML</li> <li>• PÃO DE FORMA 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE UVA 150ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELANCIA 340G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELANCIA 340G</li> </ul>
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 40G</li> <li>• LARANJA (1 un / 150G)</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G</li> <li>• BRÓCOLIS REFOGADO 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G</li> <li>• BATATA DOCE COZIDA 35G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 35G</li> <li>• CAQUI (1 un / 180G)</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• PICADINHO DE CARNE 56G</li> <li>• QUIRERA 60G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G</li> <li>• BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G</li> <li>• LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 45G</li> <li>• COUVE-FLOR REFOGADA 25G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA 28G</li> <li>• MELANCIA 340G</li> </ul>	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• SUCO DE UVA 150ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• MINGAU DE AVEIA 200G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• MAMÃO 122G</li> <li>• AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>• BOLO DE LARANJA SEM AÇÚCAR 50G</li> </ul>	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CANJA 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA - JANTAR 120G</li> <li>• CARNE MOÍDA AO SUGO 56G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G</li> <li>• FRANGO AO SUGO 56G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 52,72 Lipídios (g): 25,97 Carboidrato (g): 180,38 Cálcio (mg): 480,47 Ferro (mg): 6,10 Retinol (mg): 677,16 Vitamina C (mg): 115,14 Energia (Kcal): 1128,67					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 20/04	Terça-Feira, 21/04	Quarta-Feira, 22/04	Quinta-Feira, 23/04	Sexta-Feira, 24/04	Sábado, 25/04
DESJEJUM	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE UVA 150ML</li> <li>• PÃO DE FORMA 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 170G</li> </ul>
COLAÇÃO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>
ALMOÇO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 56G</li> <li>• QUIRERA 60G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 40G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 45G</li> <li>• BRÓCOLIS COZIDO 50G</li> <li>• SALADA DE ACELGA 20G</li> <li>• LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• STROGONOFF DE FRANGO 70G</li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE VAGEM COM CENOURA 30G</li> <li>• MELANCIA 340G</li> </ul>	
LANCHE	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE 150ML</b></li> <li>• VITAMINA DE MANGA 150ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE 150ML</b></li> <li>• CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>• BOLO DE CENOURA SEM AÇÚCAR 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE 150ML</b></li> <li>• PERA (1 un / 150G)</li> <li>• CREME DE MORANGO 100G</li> </ul>	
JANTAR	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ CARRETEIRO 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA - JANTAR 120G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE BATATAS, BRÓCOLIS, CARNE E MACARRÃO 180G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 49,53 Lipídios (g): 26,39 Carboidrato (g): 172,59 Cálcio (mg): 510,97 Ferro (mg): 5,07 Retinol (mg): 493,06 Vitamina C (mg): 90,29 Energia (Kcal): 1097,96					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/04	Terça-Feira, 28/04	Quarta-Feira, 29/04	Quinta-Feira, 30/04	Sexta-Feira, 01/05	Sábado, 02/05
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML</li> <li>• PÃO DE FORMA 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MANTEIGA 5G</li> <li>• SUCO DE MAÇÃ 150ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML</li> <li>• PÃO DE FORMA 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>		
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>		
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• PICADINHO DE CARNE 56G</li> <li>• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G</li> <li>• LARANJA (1 un / 150G)</li> <li>• SALADA DE TOMATE 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• FRANGO À PARMEGIANA (50G DE CARNE E 20G DE MOLHO) 70G</li> <li>• BRÓCOLIS COZIDO 50G</li> <li>• SALADA DE ABOBRINHA 30G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G</li> <li>• CHUCHU REFOGADO 35G</li> <li>• CAQUI (1 un / 180G)</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• FRANGO AO SUGO 56G</li> <li>• BETERRABA COZIDA 50G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 35G</li> <li>• MELANCIA 340G</li> </ul>		
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE UVA 150ML</li> <li>• SANDUÍCHE DE QUEIJO COM ALFACE E TOMATE 80G</li> <li>• <b>LEITE 150ML</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE 150ML</b></li> <li>• MAMÃO 122G</li> <li>• FLOCOS DE ARROZ 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE 150ML</b></li> <li>• VITAMINA DE MORANGO 150ML</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE 150ML</b></li> <li>• SUCO DE LARANJA 150ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE 60G</li> </ul>		
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CANJA 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA - JANTAR 120G</li> <li>• CARNE MOÍDA AO SUGO 56G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO 180G</li> </ul>		
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 65,00 Lipídios (g): 34,71 Carboidrato (g): 216,89 Cálcio (mg): 667,99 Ferro (mg): 7,43 Retinol (mg): 772,34 Vitamina C (mg): 147,57 Energia (Kcal): 1395,40					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 55,18 Lipídios (g): 28,52 Carboidrato (g): 195,26 Cálcio (mg): 558,21 Ferro (mg): 6,35 Retinol (mg): 618,72 Vitamina C (mg): 125,08 Energia (Kcal): 1223,07					